

www.trome.com
facebook.com/tromepe @tromepe

trome

MÁS DE 200 MIL SOLES EN PREMIOS

AÑO 24 | Nº 8690
MIÉRCOLES 6 DE AGOSTO DEL 2025
DIRECTOR PERIODÍSTICO: CARLOS ESPINOZA OLCAY
S/1.00
VÍA AÉREA S/ 1.20

EL MAGO BILLETÓN trome

1 PREMIO DE 20,000 SOLES · 8 PREMIOS DE 5,000 SOLES · 20 PREMIOS DE 1,000 SOLES · 1,000 PREMIOS DE 100 SOLES · 900 PREMIOS DE 50 SOLES

HOY CUPONES GRATIS

GANÓ 2-0 A ALIANZA UNIVERSIDAD EN HUÁNUCO CON GOLES DEL 'TUNCHE' RIVERA Y JAIRO VÉLEZ

SE ACERCA A LA PUNTA

EMPATARON SIN GOLES EN MATUTE

ALIANZA Y CRISTAL EN CERO

PÁGINAS 11 y 12

'PERÚ NO DARÁ UN PASO ATRÁS'

Página 8

ISLA SANTA ROSA

GOBIERNO COLOMBIANO DE

COMUNISTA PETRO

ACUSA A NUESTRO PAÍS DE AGARRARSE PARTE DE SU TERRITORIO

CANCILLERÍA RESPONDE QUE ISLA SANTA ROSA ES PERUANA

GUSTAVO PETRO, PRESIDENTE DE COLOMBIA

MAMÁ DE JHON MIKHAEL DICE QUE ESTÁ EN HOSPITAL Y EL PAPÁ DETENIDO

CHICO DE 14 APARECIÓ EN ECUADOR

PÁGINA 9

NO HABLA DE RECONCILIACIÓN

ONELIA JUEGA AL MISTERIO CON MARIO

PÁGINA 16

ENCUESTA

SÍ 76%
NO 24%

AYER
¿Cree que el Perú debe retirarse de la Corte Interamericana de Derechos Humanos?

HOY
¿Cree que Ricardo Gareca debería volver a ser entrenador de la selección?

RESPONDA EN TROME.COM

PALABRAS DEL ALMA

"Presidente Gustavo Petro, como militar y congresista peruano, rechazo categóricamente sus infundadas afirmaciones que intentan cuestionar nuestra soberanía en la frontera amazónica".
JOSÉ CUETO (CONGRESISTA)





"Una de las peores herencias que dejan las dictaduras son sus seguidores políticos. Todos los días vemos que los proselitistas de Fujimori y Castillo defienden cínicamente sus conductas violatorias del orden constitucional".
PEDRO CATERIANO (EXPREMIER)

DÓLAR

3.54	3.57
COMPRA	VENTA

EURO

4.12	4.20
COMPRA	VENTA

CLIMA

MÁXIMA	MÍNIMA
20°	14°



Editor General:
José Castillo Altez

Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21. Teléfono: **311-6500.**

Fax: 311-6353. Página web: **www.trome.com** E-mail: **trome@trome.com** Publicidad: **708-9999.**

Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.

Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N°2001-1992
Los artículos firmados y/o de opinión son de exclusiva responsabilidad de sus autores.

LA SEÑO MARÍA



ALIMENTOS PARA ESTAR FUERTE

El fotógrafo Gary llegó al restaurante por una parihuela de pescado bien calientita con yuquita sancochada y una porción de arroz blanco graneadito. **"María, leí a un nutricionista en Trome sobre la importancia de estar bien alimentados con los llamados 'alimentos poderosos', como quinua y kiwicha**. El frío está fuerte y el cuerpo necesita reforzar sus defensas. Según los especialistas, a través de una rápida reacción, el cuerpo ataca y destruye los organismos infecciosos que lo invaden. Es decir, si una persona tiene su sistema inmunológico en buenas condiciones, es más difícil que lo ataquen diversas enfermedades. **Lo ideal es consumir vegetales, como frutas y verduras,** así como una cantidad adecuada de proteínas y calorías. Aquí te dejo algunos tips que pueden ser de utilidad para tus lectores:

→ **Empieza el día con un desayuno más saludable.** Prefiere la fruta en lugar del zumo. Además, tostadas de pan integral con palta o tomate y aceite vegetal.

→ **Evita los embutidos.** La base de nuestra alimentación deben ser las frutas, las verduras y hortalizas.

→ **Consume pescados blancos (corvina, cojinova) y azules (jurel, caballa).** Procura evitar los procesados cárnicos (hamburguesas, salchichas).

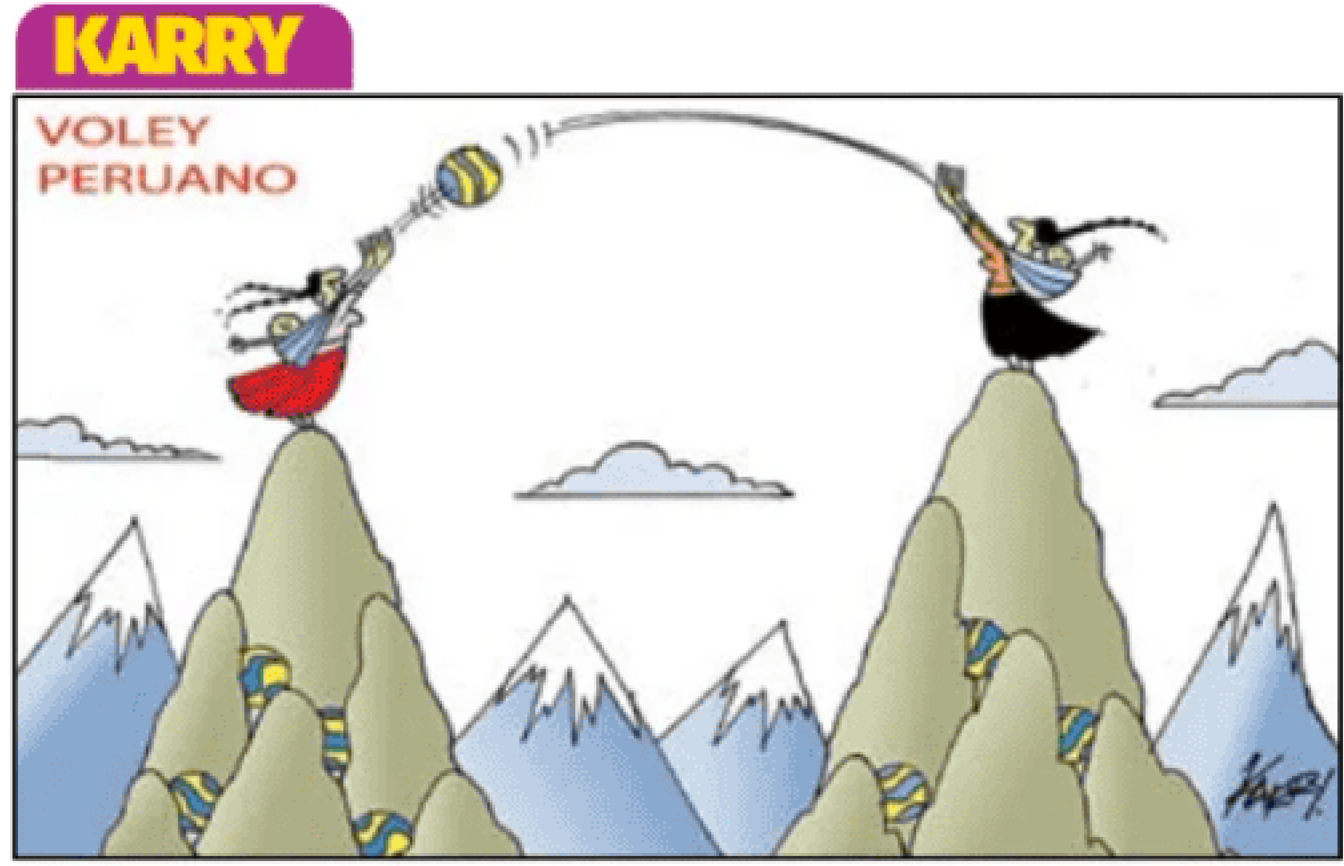
→ **Más legumbres o menestras**, como garbanzos, lentejas, habas, soya.

→ **Apuesta por las grasas buenas**. Es preferible el aceite de oliva y los alimentos ricos en grasas saludables: frutos secos, palta y pescado.

→ **Ácidos omega-3 en la dieta (pescados de carne oscura, leche de soya, nueces, linaza)** ayudan al sistema inmunológico y contra enfermedades cardiovasculares.

→ **Cuida tu peso.** Reducir la sal, evitar la presión alta y el consumo de embutidos, gaseosas, galletas rellenas, snacks. Velemos por nuestra salud y la de nuestros hijos". Gary tiene razón. Me voy, cuídense.

KARRY



LOS 'TUITS' DEL DÍA




@GersonRomeroV
GERSON ROMERO VILLA

Ja, ja, rojaza a Távara y no lo expulsa. Este árbitro hace todo al revés. Igual, el nivel del Alianza-Cristal bajísimo. Decepcionante.



@ErrorArbitralTR
ERROR ARBITRAL

Alianza Lima empató con Sporting Cristal y se queda muy relegado en la pelea por el Clausura. Se pinchó la Piponeta.

HABLAN LOS TROMES

La Policía de cabeza

Es increíble que mientras los policías compran con su plata sus chalecos antibalas, los altos mandos de la PNP se compran vehículos del año. ¿Qué pasa con nuestras autoridades? La presidenta Dina Boluarte debería hacer algo, pero solo piensa en aumentarse el sueldo y recibir regalitos de sus amigos. Y con el apoyo del Congreso hace lo que se le da la gana.

Carmela Puente
Vecina de San Martín de Porres

La madre del suboficial PNP José Gabriel Munive Gurmendi, asesinado por delincuentes en La Victoria, contó que su hijo compró el chaleco antibalas que usaba con su propio dinero. Lamentablemente, los efectivos en muchos de los casos hasta compran las balas que usan en las intervenciones.

Usuarios desprotegidos

Ya pasaron seis días del choque de una cúster de la empresa Nueva Estrella, que invadió el carril del Metropolitano y dejó tres fallecidos, y parece que trabajadores de la Autoridad de Transporte Urbano para Lima y Callao (ATU) hacen operativos en la avenida Alfonso Ugarte solo por cumplir. Intervienen a estos vehículos y en muchos casos solo les dan una advertencia y continúan con su recorrido.

Juan Carlos Rodríguez
Vecino del Rímac

La Autoridad de Transporte Urbano para Lima y Callao (ATU), adscrita al Ministerio de Transportes y Comunicaciones (MTC), informó que sacó de circulación 3169 vehículos que operaban sin las condiciones mínimas de seguridad para el transporte público.

EMERGENCIAS

Bomberos	116	Escuadrón verde	4276904
Emergencias	105	Luz del Sur	6175000
Defensa Civil	115	Sedapal	3178000
Essalud	4118000	Indecopi	2247777
Águilas Negras	3623277	Pluz Energía	5171717



EMBARQUE SEGURO
VIAJE mejor



Más de 250 destinos al Norte, Centro y Sur del Perú





10% DTO Por compras de pasajes

Promoción válida hasta el 31 de agosto del 2025 y/o agotar stock. Stock mínimo 10 pasajes. Se debe mostrar esta publicidad para participar. Válido solo para compras de pasajes en boletería del Gran Terminal Terrestre Plaza Norte. Aplica términos y condiciones.

¡Y AHORA!





LLEGADA DIRECTA
DESDE EL NUEVO AEROPUERTO
CON LA RUTA **TERMINAL NORTE**

Síguenos en:

www.granterminalterrestre.pe



GRAN TERMINAL TERRESTRE
Plaza Norte

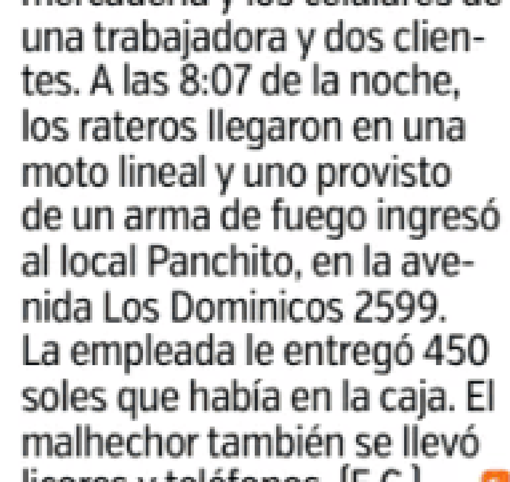
POR TRÁFICO DE DROGAS

Influencer 'La Conejita' condenada a 10 años de prisión



La influencer y joven conductora de un bingo hot Britney Alfaro pasará sus años de juventud encerrada en un penal. Un juez la sentenció a diez años de prisión por el delito de tráfico ilícito de drogas y estupefacientes. En agosto del 2022, policías encontraron más de cinco kilos de marihuana en un paquete ovoide y dos táperes, y un balanza electrónica, en el departamento donde 'La Conejita' vivía con su expareja sentimental Arthur Torres, en Comas. Tras el deslacrado de la vivienda y durante el registro domiciliario, los detectives encontraron 6700 soles. El exenamorado de Britney Alfaro fue condenado a once años de prisión. (E. Cirilo)





MOTORIZADOS

Asaltan minimarket

Dos ladrones asaltaron un minimarket en San Martín de Porres y robaron el dinero de las ventas del día, mercadería y los celulares de una trabajadora y dos clientes. A las 8:07 de la noche, los rateros llegaron en una moto lineal y uno provisto de un arma de fuego ingresó al local Panchito, en la avenida Los Dominicos 2599. La empleada le entregó 450 soles que había en la caja. El malhechor también se llevó licores y teléfonos. (E.C.)

EN SU AUTO

Acribillan a chofer



Un joven fue atacado a balazos por uno de los cuatro pistoleros que en dos motos lineales interceptaron el auto que manejaba, en Zapallal, Puente Piedra. Jairo Fernando Ayarquispe Cullampe (23) de milagro se salvó de morir y solo recibió un balazo en el brazo izquierdo. El atentado ocurrió cuando la víctima estaba al volante de un automóvil Nissan, color rojo. (E. Cirilo)



'LOS TRIPULANTES DEL CRIMEN' EMBISTIERON MOTOCICLETA CON DOS EFECTIVOS


VEHÍCULO QUE ESTABAN ROBADO

CARRO DE DELINCUENTES

DENUNCIAS POR ROBO

La Policía informó que existen tres denuncias de robo de vehículos bajo la misma modalidad en La Molina y Surco.



VÍCTOR SOTELO (43) 'PIPO'

JUAN CHOÑOCA (19) 'CHECHO'

Hampones fueron sorprendidos robando automóvil y entre los detenidos hay un exrecluso

EN LA MOLINA

ROBACARROS CHOCAN PATRULLERO Y ARROLLAN A DOS POLICÍAS

En el suelo y enmarrocados acabaron dos integrantes de una temible banda de robacarros. Tras intensa persecución fueron arrestados después de que atropellaron a dos detectives de la Dirincri cuando los intervinieron luego de robar un automóvil, en La Molina.

Minutos antes de la una de la tarde, 'Los Tripulantes del Crimen', liderados por un exrecluso, dieron otro golpe y se llevaron un Kia Cerato, color gris, que su dueño dejó estacionado, a pocas cuadras de su trabajo, en la avenida Raúl Ferrero. Cámaras de video de la municipalidad captaron el robo del vehículo.

ARROLLAN A POLICÍAS

En ese instante, agentes policiales de la División Antirrobos cerraron el paso a los ladrones. El chofer no hizo caso a la orden de alto y para no ser atrapado chocó el vehículo policial. Luego arrolló a dos investigadores que estaban en una moto y que habían interceptado el carro de los hampones. Pese a que los efectivos llevaban chalecos de la Dirincri, el ratero que estaba al volante no dudó y embistió la motocicleta y los policías salieron volando.

Otro grupo de investigadores, que estratégicamente estaba por la zona, inició la intensa persecución por varias cuadras, a la que se sumaron serenos de La Molina y Santiago de Surco, la que culminó en la avenida Lima Polo y el jirón José Nicolás Rodrigo, en Santiago de Surco.

"Al suelo... no se muevan", gritaron los detectives mientras apuntaban con sus armas a los dos asaltantes y arrojaban al piso. En el frustrado robo del Kia Cerato, fueron atrapados el expresidiario Víctor Medardo Sotelo Vásquez (43), 'Pipo', y Juan José Choñoca Taboada (19), 'Checho'. Se les incautó el vehículo que usaban para sus fechorías y con el que arrollaron a los suboficiales PNP Edwin Sánchez Araujo y Jhon Ruiz Vílchez, quienes sufrieron lesiones en las piernas y brazos. (E. Cirilo)



SEPA QUE...

- Entre medallistas: Albert Sardón, niño de Ayacucho, logró una de oro; Camila Escalante, escolar de Talara, una de bronce.
- Estas olimpiadas tienen alta exigencia, reúnen a talentosos jóvenes del planeta. Es su sexta edición y más de dos mil estudiantes pasaron rondas preliminares.



EN ESTADOS UNIDOS

ANCASHINO ARRASÓ EN OLIMPIADA DE MATEMÁTICAS

ESCOLAR TAMBIÉN INGRESÓ A LA UNI Y UNIVERSIDAD DEL SANTA

POR: ISABEL MEDINA

Entre las historias de talento y superación, varios escolares lograron medallas para el Perú en la Olimpiada Copérnico 2025, evento internacional de matemáticas realizado en Nueva York, Estados Unidos. Entre ellos, un escolar ancashino y un niño venezolano que tiene a nuestro país como nuevo hogar.

Lucas Guarniz Chávez, de 16 años, brilló en la ronda global de la competencia con medalla de oro, donde compitió con más de 120 estudiantes de 24 países.

Es alumno del colegio Jesús Maestro del distrito de Nuevo Chimbote y estando en cuarto de secundaria, con 15 años, ingresó a Ingeniería Mecánica en la Universidad del Santa y a Ingeniería Industrial en la UNI.

Cuenta que se prepara con contenido preuniversitario y que su mayor fortaleza es su fe. "No es sencillo ganar algo, y esto es un premio al esfuerzo de mis padres".

Su papá, Fredy Guarniz, refirió a Trome que él y su esposa Haydee tienen tres hijos. "Son nuestra alegría y orgullo. Gracias a Dios por la bendición de acompañar a Lucas en Nueva York y que trajo medalla de oro".

Y niño inmigrante venezolano ganó medalla de plata para el Perú

POR PERÚ Y VENEZUELA

También es triunfo histórico el de Fabio Bravo, el llamado 'niño genio venezolano' que vive en Perú y fue viral por su coeficiente intelectual. Con solo ocho años fue seleccionado para representar a Perú en la ronda global de estas olimpiadas, logrando en su categoría medalla de plata. Allá alzó ambas banderas, reconociendo su origen y al país que lo acogió, lo que emocionó a los asistentes.

CUANDO SACABA CRUZ DE MADERA

Grúa aplasta casa y anciano vive de milagro





Una cruz de madera, recubierta de fierro, de 47 metros de altura, cayó cuando era desmontada con una grúa y aplastó la casa de un anciano, en Ventanilla.

Al caer destrozó el baño, corral y techo de la cocina de la vivienda de Gregorio Pari Mendoza (77).

La cruz, que estaba en la capilla La Sagrada Familia, tenía 22 años de antigüedad. Presentaba daños por el paso del tiempo y la falta de mantenimiento.

Los fuertes vientos de la semana pasada provocaron que la cruz de madera se ladeara.

Un vecino, en un intento por evitar una tragedia, con una grúa trató de desmontar la cruz.

Sin embargo, el peso y la tierra húmeda hicieron que el vehículo se volcara y la cruz cayó sobre la casa del septuagenario. (ECF)

EN AMAZONAS

Con drones descubren dos cabezas clavas





Dos cabezas clavas y más de 200 estructuras prehispánicas fueron descubiertas en el sitio arqueológico Ollape del distrito de La Jalca, provincia de Chachapoyas (Amazonas), donde además se registraron frisos arquitectónicos. El hallazgo fue realizado por investigadores del Instituto de Investigación de Arqueología y Antropología Kuélap de la Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza, con apoyo del Laboratorio de Investigación en Geomática, mediante vuelos de dron y levantamiento de planos de alta precisión del sitio.

SÚPER LLAMADA

Platita todos los días

La Súper Llamada Ganadora es la promoción más regalona, pues reparte platita en efectivo desde hace más de 24 años. De lunes a sábado damos 200 soles, mientras que los domingos sale el 'reventón semanal' de 1500 soles. Apúntate llamando al teléfono **710-0260** o en la web **trome.com**. Carlos Canessa (2110080, del Cercado de Lima) ganó los 200 soles del sorteo de ayer.

PIDEN ELIMINAR VENTA DE ENTRADAS PRESENCIALES

Peligran visitas a Machu Picchu

Gremios turísticos piden eliminar la venta presencial de entradas a Machu Picchu (mil boletos cada día en Machu Picchu Pueblo) porque genera largas colas, desorden e incluso reventa, lo que afecta la imagen del Perú como destino internacional y ocasiona que el turista se vea 'obligado' a pernoctar en el pueblo, encareciendo su visita. Sostienen que solo debe quedar la venta vía web tuboleto.cultura.pe (aunque por ahora allí ya no hay boletos hasta setiembre).



GOBIERNO RECHAZA LO DICHO POR EL MANDATARIO 'CAFETERO' Y REAFIRMA SOBERANÍA NACIONAL EN EL DISTRITO DE SANTA ROSA

PRESIDENTE DE COLOMBIA DICE QUE EL PERÚ OCUPA TERRITORIO DE SU PAÍS EN LA AMAZONÍA

RECHAZAN ATAQUES DE PETRO

Gobernadores regionales, alcaldes y congresistas también criticaron lo señalado por el exguerrillero

Luego de que el exguerrillero y actual presidente de Colombia, Gustavo Petro, acusara al Perú de 'apropiarse' de territorio 'cafetero' en la Amazonía (en referencia a la isla de Santa Rosa de Loreto), a través de leyes, el Gobierno del Perú rechazó de forma firme estas imputaciones.



A través de su cuenta de X (Twitter), Petro señaló: "Otra vez, el gobierno del Perú ha copado un territorio que es de Colombia y ha violado el Protocolo de Río de Janeiro que le puso fin (...) Han aparecido islas que están al norte de la actual línea más profunda, y el gobierno del Perú acaba de apropiárselas por ley y poner la capital de un municipio en un terreno que, por el tratado, debe pertenecer a Colombia".

RECHAZO TOTAL

A través de un comunicado, la Cancillería del Perú expresó su 'más firme y enérgica protesta respecto a las declaraciones del Gobierno de Colombia con relación a los derechos soberanos y actos de jurisdicción que ejerce legítima y legalmente el Perú de manera pública y permanentemente hace más de un siglo sobre la integridad de su territorio nacional'. No solo eso, el mismo canciller Elmer Schialer le respondió a Petro, y sostuvo que lamentaba "mucho que al señor presidente de la República de Colombia no le hayan informado adecuadamente cuál es la situación real geográfica, histórica y sobre todo jurídica de nuestra frontera común en esa parte del territorio (...) No se ha tocado un milímetro de territorio colombiano".



ISLA DE SANTA ROSA

ELMER SCHIALER
CANCILLER PERUANO

UNIDOS

Tanto fue el revuelo, que la Asamblea Nacional de Gobiernos Regionales (ANGR) emitió un comunicado, respaldando a la Cancillería peruana, y rechazando a Petro: 'Invocamos al gobierno colombiano a conducir sus preocupaciones por los canales diplomáticos establecidos, evitando declaraciones que puedan afectar las históricas relaciones de cooperación y respeto entre ambos países'.

El alcalde de Lima, Rafael López Aliaga, también rechazó sus declaraciones: "Los límites de Perú están muy claros, la frontera peruana se protege con la vida y con la sangre". El congresista Héctor Valer (Somos Perú), acusó a Petro de usar este tema por una crisis interna; mientras que Gladys Echaíz (Honor y Democracia) indicó que el Congreso aprobó una ley que establece formalmente al distrito de Santa Rosa.

> Le respondo al presidente (Gustavo) Petro, que jamás hemos tenido ningún problema con los gobiernos de Amazonas y la Municipalidad de Leticia. Nuestras relaciones han sido el trabajo para combatir minería ilegal, narcotráfico, pobreza".
> **RENÉ CHÁVEZ (GOBERNADOR REGIONAL DE LORETO)**

> La posición peruana es clarísima, y la Cancillería colombiana ha reconocido la presencia de Santa Rosa. Rechazamos rotundamente esta mala desinformación, que hace mucho tiempo trata el Gobierno de Colombia de implementar".
> **VLADIMIR CHONG (ALCALDE DE MAYNAS)**

> El presidente Petro, como todo comunista y exguerrillero, quiere legitimarse frente a su población, creando un conflicto donde no existe".
> **ALEJANDRO MUÑANTE (CONGRESISTA)**

GUSTAVO PETRO
PRESIDENTE DE COLOMBIA

CON KEIKO FUJIMORI Y CARLOS ÁLVAREZ

Por culpa de 'egos' no hubo alianzas



Javier Bedoya Denegri, secretario general del PPC, reveló que su partido estuvo a punto de formalizar una alianza con Keiko Fujimori, Carlos Álvarez, Rafael Belaunde o Fiorella Molinelli; sin embargo, el 'ego' de estas figuras impidió llegar a acuerdos.

"(Las frustraron), sinceramente, los egos personales de cada uno de los candidatos de cada partido. No es que no quisieron hacer alianza con el PPC, nos recibieron de muy buena gana todos, no lo voy a negar; pero en todos los casos, todos optaron por ir solos", dijo.

COSTARON MÁS DE 18 MILLONES DE SOLES

Contraloría investiga carrazos de la Policía



La Contraloría inició una recopilación de información, respecto a la compra de vehículos de alta gama adquiridos por la Policía Nacional (PNP), y que costaron más de 18 millones de soles. El proceso, iniciado el 31 de julio, busca esclarecer el presunto uso irregular de los fondos públicos, en la adquisición de ocho vehículos de lujo, marca Audi. La supervisora Nelly Berrío y el jefe Luis Aróstegui investigarán el caso.

DEL TRIBUNAL CONSTITUCIONAL

Cerrón y Humala se benefician con fallo





Mirko Cano Gamero, coordinador nacional de las Fiscalías Especializadas en Extinción de Dominio, advirtió que el último fallo del Tribunal Constitucional, sobre la Ley de Extinción de Dominio, afecta a más de 700 casos, y beneficiaría a figuras como Vladimir Cerrón, Ollanta Humala y Vladimiro Montesinos.

"Esta sentencia, indirectamente, afecta gravemente a las investigaciones que tenemos en casos emblemáticos. Esto sencillamente porque el TC dice que la norma se tiene que aplicar a partir del 2018 en adelante", indicó.



*INGLATERRA

OZZY OSBOURNE es una leyenda del rock

En el certificado de defunción del cantante John Michael Osbourne, más conocido como Ozzy Osbourne, se consignó como ocupación 'compositor, intérprete y leyenda del rock'. Al líder de la banda de heavy metal Black Sabbath se le diagnosticó la enfermedad de Parkinson en 2019 y falleció el 22 de julio pasado a la edad de 76 años de un 'infarto agudo'.

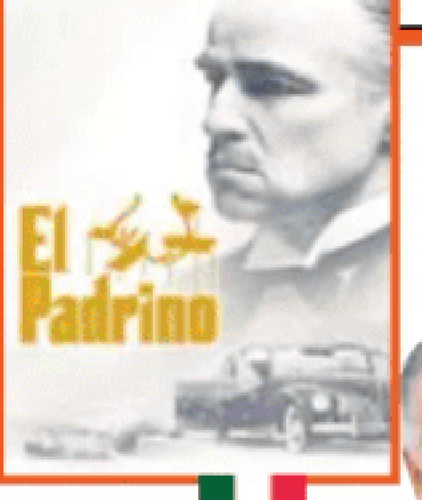


*INGLATERRA

Amigo de Harry Potter barbón en video

Rupert Alexander Lloyd Grint, conocido por interpretar a Ron Weasley en la serie de películas de Harry Potter, luce una tupida barba para el próximo video musical 'Totalmente loco' del nuevo sencillo del cantante inglés Ed Sheeran.

En el nuevo video, se ve al personaje de Rupert siendo detenido después de irrumpir en el autobús de gira del cantante e intentar imitarlo en el escenario.



*ITALIA

Director de 'El Padrino' grave en hospital

El director Francis Ford Coppola, uno de los más grandes directores de cine del siglo pasado, fue hospitalizado en Italia y podría ser sometido a una cirugía de corazón. Coppola, de 86 años, ganador de cinco premios Óscar, dirigió grandes películas como 'Apocalipsis ahora', 'El Padrino', 'Peggy Sue se casó' y 'Drácula de Bram Stoker'.

FRANCIS FORD COPPOLA

MADRE DE MENOR DIJO QUE YA LOGRÓ COMUNICARSE CON ÉL



PABLO RIOJA ABOGADO

Melissa Márquez afirma que padre biológico tendría documentación falsa

*ESTÁ EN HOSPITAL Y PAPÁ FUE DETENIDO

CHICO DE 14 APARECIÓ EN ECUADOR

POR: JOSÉ M. CARMEN

Cinco días después de que el menor de 14 años desapareció tras salir de su casa en el distrito de Surco, Melissa Márquez, madre del niño, informó ayer que su hijo está hospitalizado en Ecuador y su padre biológico detenido. La madre acudió a la unidad de personas desaparecidas en la sede de la Dirección de Investigación Criminal (Dirincri) de la Policía Nacional (PNP) y, según su declaración, logró comunicarse con el adolescente, quien le confirmó que permanece en el hospital básico del cantón Colta, en la provincia de Chimborazo. "Estoy muy feliz porque ya sé dónde está mi hijo. No puedo creer, eso sí, que haya llegado hasta la mitad de Ecuador. Sé que el padre está detenido porque ingresó con documentos ilegales", dijo. Un despacho del programa 'Ocurre ahora' señaló que el personal del nosocomio está acompañado por un médico y agentes de Migraciones, mientras que el padre biológico, Jhon Correa, permanece detenido en el mismo país por aparentemente tener documentación falsa.

La televisora también mencionó que la PNP emitió una alerta amarilla para coordinar la búsqueda a nivel nacional e internacional. Márquez mencionó que, por ahora, no viajará a la nación vecina, sino que espera que las autoridades coordinen el retorno de su hijo a nuestro país.

SALIÓ SIN AUTORIZACIÓN

El abogado Pablo Rioja indicó a Trome que sorprende cómo el menor pudo haber salido solo con un padre, sin que exista la autorización del otro. "Cuando uno va a Migraciones con un niño, te piden la autorización notarial y certificada", dijo.

MELISSA MÁRQUEZ

*DICE MAMÁ DE EFECTIVO

Policía asesinado compró chaleco antibalas con su plata

Completamente destrozada, Neryda Gurmendi, madre del suboficial de la Policía José Gabriel Munive Gurmendi, quien murió tras enfrentarse a balazos contra delincuentes en La Parada, La Victoria, reveló que su hijo utilizaba un chaleco antibalas que él mismo tuvo que comprarse. "No le han dado su chaleco, él mismo adquirió su chaleco. ¿Qué pido como madre? Que se ponga la mano al pecho la presidenta. Para mí, no hace nada por el pueblo", dijo Neryda Gurmendi.

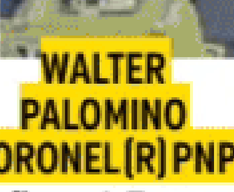
De otro lado, en medio de un profundo dolor, familiares, amigos y colegas dieron el último adiós al efectivo en un cementerio de Huachipa. (E.C.)

*A DETENIDOS

Agarran a 9 efectivos por 'sembrar' armas



En una redada policial en la madrugada, un coronel de la Policía en retiro y ocho suboficiales en actividad fueron detenidos y los investigan porque habrían 'sembrado' drogas y armas a personas que intervinieron para luego pedirles dinero y liberarlos. Detectives de la División de Investigación de Delitos de Alta Complejidad (Diviac) treparon paredes para entrar a una de las doce viviendas allanadas en el operativo para desarticular la organización criminal 'Los Incorregibles de San Juan de Miraflores'. Entre los detenidos figura el exjefe del Escuadrón Verde y Grupo Terna, coronel PNP Walter Palomino Simón. (E. Cirilo).



WALTER PALOMINO CORONEL (R) PNP

#QHATA

‘Vendimos más de mil quinientos vasos de emoliente en tres días’

✖Raquel Aliaga y su socio Gerardo Gutiérrez estuvieron en Perú Mucho Gusto y buscan crear la cultura emolientera en todo el país
✖Su objetivo es que se tome todo el tiempo, en invierno y verano, por eso lanzan veriedad de sabores

Por los años sesenta, don Abraham Aliaga migró de la sierra a Lima y preparaba emolientes medicinales en La Parada, La Victoria. Hoy su nieta, Raquel Aliaga, y su socio, Gerardo Gutiérrez, decidieron honrar su legado y crearon **Qhata**, una marca de emolientes que cautivó en Perú Mucho Gusto y busca posicionar la cultura emolientera en todo el país con una variedad de sabores.

Hace unos años te entrevistamos con una propuesta diferente, ¿qué ha cambiado desde ese entonces?

GERARDO: Teníamos otra propuesta antes de la pandemia, pero ahora Qhata tiene como diferenciador un valor de marca, el emoliente como bebida nacional está en todas las esquinas del Perú, pero no tenemos el sentido de pertenencia. Emprendimos con este formato con una variedad de sabores para toda la familia.

¿Por qué emolientes?

RAQUEL: Mi abuelo migró de la sierra de Lima en los años sesenta y ofrecía emolientes amargos, que eran los medicinales. Queremos que esa tradición traspase y cause impacto; la herencia puede tener trascendencia.

Dices que en el Perú se toma mucho emoliente, pero no hay una cultura, ¿a qué te refieres?

GERARDO: Nosotros queremos crear esa cultura emolientera, que la gente no solo lo asocie a lo medicinal, pues podemos tener sabores que refresquen en verano, que lo puedan consumir caliente, tibio y a cualquier hora del día. En vez de tomar un té, ¿por qué no un emoliente?

¿Cuál es su público objetivo?

RAQUEL: Queremos llegar a toda la familia, los mayores de 40 conocen de esta bebida, pero queremos que los niños y jóvenes la prueben, que sepan que es tan rica como cualquier gaseosa o refresco y que es nuestra. Ellos son un consumo alto en la sociedad y apuestan mucho por el valor de marca.

¿Por qué Qhata?

GERARDO: Es una palabra en quechua que significa meseta o bajo de la cordillera, donde se siembra la linaza, que es insumo vital de esta bebida. Nosotros usamos la linaza nacional, que da esa goma que es característica del emoliente.

¿Qué se viene a corto plazo?

RAQUEL: Abrir un local en Lima. Iniciamos operaciones en Huanchaco, Trujillo, luego fuimos a Perú Mucho Gusto en Lambayeque. Estuvimos en la feria Naturaleza Creativa, donde vendimos más de mil quinientos vasos en tres días, y queremos conquistar la capital.

¿Cuál es el mejor comentario?

GERARDO: La mayor satisfacción es que el cliente repita de dos a tres vasos. Es un viaje de sabores con cada insumo que ofrecemos en las presentaciones.

¿Cuáles son los sabores que más salen?

RAQUEL: El de maracuyá, maracumango, jamaica, polen, menta, arándanos, frutos rojos, camu camu. Los clientes siempre nos recomiendan sabores y eso quiere decir que hay necesidades por atender.

¿Qué errores les sirvieron para aprender?

GERARDO: El error más fuerte fue el no saber sacar bien los costos. Y estandarizar el emoliente.

¿Qué pasa con el negocio en verano?

RAQUEL: La idea es que el emoliente se quede todo el tiempo, en verano y en invierno, y a cualquier hora disfrutar de una bebida fría. La cebada refresca más que una gaseosa y eso se debe saber.

¿Por qué el valor de marca es importante en un negocio?

RAQUEL: El modelo de negocio y el trabajo es altamente copiable, lo escuché a un CEO, pero lo que no puedes copiar es el valor de marca, porque estamos hablando de personas, tanto clientes como el equipo. El consumidor se queda con aquel producto o servicio con el que se siente identificado.

¿Qué se viene para sus emolientes?

RAQUEL: Abrir la tienda en Lima muy pronto, llevar los emolientes a todo el Perú y abrir camino para que lleguen a otros países. Que empecemos a exportar nuestra bebida nacional al mundo.

EMPRENDE trome

IG: @katty.gines
Twitter: @ktyGines

FOTOS: JULIO REAÑO
POR: KATTY GINES





Alianza Lima y Cristal hicieron un partido trabado, con más tarjetas que goles, y dibujaron un 0-0

MUCHO FUEGO, POCO FÚTBOL





→POR: CARLOS BERNUY

Apagaron la luz y caminaron a oscuras. No tuvieron cómo hacerlo, no encontraron dónde crearlo. Alianza Lima y Sporting Cristal aburrieron un martes por la noche y se levantaron hoy por la mañana con un punto que suma y resta a la vez. Al final hubo más tarjetas que goles.

El primer tiempo lo dominaron los celestes, aunque solo tuvieron una chance clara, el 'mano a mano' que falló Christofer Gonzales a los 45'. Cristal recuperó bien la pelota, con la personalidad del joven Ian Wisdom, la solidez atrás de Miguel Araujo y los chispazos de 'Canchita'. Recuperó el balón y lo tuvo, pero careció de 'pólvora' para 'explotar' un Matute lleno, pero algo frío. Congelado como su equipo, donde Fernando Gaibor y Sergio Peña estuvieron de 'adorno' y Gaspar Gentile hizo extrañar horrores a Eryc Castillo. Alianza no tuvo una sola idea clara y los tímidos intentos del 'Pirata' Barcos (25') y Gentile (29') no llegaron a los guantes del portero Diego Enríquez, porque lo salvó la zaga.

En el complemento no se movió el marcador, pero sí las tarjetas en el bolsillo del irregular árbitro Augusto Menéndez. Barcos merecía amarilla en una jugada, pero no le mostraron nada. Luego el juez, previa consulta del VAR, expulsó a Maxloren Castro a los 64', por una dura entrada contra Guillermo Enrique, pero cuatro minutos después pareció 'compensar' con una amarilla a Peña, que sumada a la que ya tenía lo hizo salir del campo. Listo, diez contra diez. ¿Quién lo ganaba? La respuesta: Ninguno. Cristal ya no pisó área contraria y en el local el pésimo Pablo Ceppelini aporta solo ampays. Apenas los chispazos de Barcos y el vértigo de un Kevin Quevedo, el único lúcido, llevaron a los victorianos a soñar. Cuando el tiempo moría, Menéndez no expulsó a Martín Távara por un codazo y los tiros de Quevedo y Succar los salvó la defensa rimense excelentemente liderada por Miguel Araujo. Empate y todo a oscuras. Faltan luces, falta fútbol. Sobra deseo.

DATAZOS

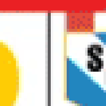
- Fue el quinto empate 0-0 entre rimenses y blanquiazules en sus 10 últimos partidos.
- El defensa Miguel Araujo fue llevado a una clínica por una lesión en la muñeca derecha.
- Cristal solo se impuso en uno de sus últimos 7 encuentros ante Alianza.

"Sin ser muy claros durante el partido, merecimos ganar. Sobre el arbitraje, no se puede hacer nada".
Néstor Gorosito, DT de Alianza Lima

"No tuve una jugada clara de ellos en mi área, mis compañeros en defensa ayudaron mucho".
Diego Enríquez, portero de Cristal

"No podemos hablar del arbitraje, después te multan, te sancionan, dejemos a los que tienen que pelear eso".
Hernán Barcos

ALINEACIONES

 ALIANZA LIMA 0 —   S. CRISTAL 0

ALIANZA LIMA		S. CRISTAL	
Viscarra	5	Enríquez	5
Enrique	6	Sosa	5
Zambrano	6	Araujo	7
Garcés	5	Lutiger	5
Trauco	4	Pasquini	4
Gaibor	4	Pretell	6
Noriega	5	Távara	5
Peña	3	Wisdom	6
Gentile	5	Gonzales	5
Quevedo	6	Castro	3
Barcos	5	Ávila	4
DT: N. Gorosito		**DT:** P. Autuori	

ÁRBITRO: Augusto Menéndez (mal)
CAMBIOS: P. Ceppelini (3) x Gaibor, M. Succar (sp) x Gentile **(AL)**. F. Pacheco (4) x Ávila, Y. Yotún (4) x Wisdom **(SC)**.

CLAUSURA

EQUIPOS	PJ	PG	PP	Pts.
1.- Cusco FC	4	4	0	12
2.- S. Cristal	4	3	0	10
3.- Universitario	4	3	0	10
4.- D. Garcilaso	3	2	0	7
5.- S. Huancayo	4	2	1	7
6.- Alianza Lima	4	1	1	5
7.- Melgar	4	1	1	5
8.- Cienciano	4	1	2	4
9.- Juan Pablo II	4	1	2	4
10.- Ayacucho FC	4	1	2	4
11.- Sport Boys	4	1	2	4
12.- A. Atlético	3	0	0	3
13.- A. Grau	2	1	1	3
14.- A. Universidad	4	1	3	3
15.- ADT	3	1	2	3
16.- Los Chankas	3	1	2	3
17.- UTC	3	0	2	1
18.- Binacional	2	0	1	1
19.- Comerciantes	3	0	2	1



POR: EL BOMBARDERO

DEL SAQUE somos carnecita... **LA VERÍDICA** que algunos extranjeros encuentran su paraíso en el Perú. La gente lo quiere al 'Tigre', que nos clasificó al Mundial de Rusia con tres puntos de mesa y después nos eliminaron unos canguros australianos. Pero el hombre se forró de dólares, se la llevó en carretilla y lo bueno es que invirtió en varios negocios en nuestro país. Ya les contaré... **LA FIRME** que los hinchas celestes se están equivocando con el 'Diamante', el más grande futbolista que salió de La Florida y uno de los mejores de Sudamérica. En las redes lo están matando, lo llaman 'traidor', que le lava la cara al dueño del club y piden que en su lugar nombren a un 'hippie barbón' que no es ni su uñero. Los que hacen ese pedido seguro son 'palomillas' que nunca vieron jugar al '10'. El hombre creció, se formó, defendió una sola camiseta en el Perú y uno de los más grandes talentos que vi en la cancha. En sus venas la sangre no es roja, sino celeste. Y no va cher... **POR SI ACASO,** me cuentan que ese extranjero grandazo que el 'viejito renegón' acaba de mandar al banco, anda medio desgarrado y con problemas en abductores. Pero no es por exigencia en los entrenamientos, sino porque no duerme a sus horas y le gusta hacer 'cardio' por la madrugada. Nooooooo... **LA FIRME** que el zambito que apellida como la Ciudad de la Eterna Primavera sigue insistiendo en jugar. Se fue a jugar a un club de Copa Perú y lo abrieron porque dicen que dividía al grupo, no saludaba al técnico y se alucinaba 'galáctico'. Ahora se ha ido a un equipo de liga distrital del norte. Era uno de los 'jotitas' con mayor proyección, pero desde que perdió la cabeza por una actriz con rulitos se vino abajo grandazo. Pobechito... Me voy, soy fuga.



EL SORPRENDENTE TUNCHE ARAÑA

'U' se llevó triunfo de Huán[...] con golazos de José Rivera y Jai[...] Vélez y se metio[...] en pelea por el Clausura

Huánuco.- Los 4 Fantásticos y el Hombre Araña están en cartelera. Los primeros en el cine, el segundo en la cancha. El 'Tunche' Rivera disparó sus telarañas para llevar a Universitario a sumar una victoria 2-0 sobre Alianza Universidad y seguir soñando con otro título.

En el Heraclio Tapia, los cremas apostaron por un juego distinto que sorprendió al rival. No fueron el equipo que presiona desde la salida, más bien lo esperó y eso permitió que los huanuqueños tengan más tiempo el balón, aunque sin generar situaciones de riesgo. Cuando tuvieron la pelota buscaron siempre los extremos. Tras un córner, José Rivera metió un cabezazo para abrir el marcador a los 15'.

El equipo de Roberto Mosquera volvió a adueñarse del juego con Marco Lliuya como hombre más peligroso, pero sin un compañero ideal. Cuando ya se habían cumplido los primeros 45', Alex Valera perdió un penal. El arquero Pedro Ynamine atajó, dio rebote y el atacante anotó, pero el árbitro anuló porque antes del disparo le advirtió que todo acababa en el primer remate.

En el complemento creció el local. Carlos Ascues se olvidó de la marca y fue al ataque, Yorleys Mena salía del área buscando el balón y tuvieron a la 'U' contra las cuerdas, pero a los 83' Jesús Barco, que recién había ingresado, fue expulsado.

Los muchachos de Mosquera retrocedieron y apareció Jairo Vélez (87') para cerrar el partido. Así acabaron con cualquier zumbido en la oreja.

"Fueron 25 días de mu[...] ansiedad, regresé y quiero agradecer a lo[...] fisioterapeutas. Esto[...]
Williams Riveros, def[...]

"Hicimos un buen part[...] diferencia fue que lo [...] ante el bicampeón".
Roberto Mosquer[...]

DATAZO

EL PLANTEL CREMA [...] descanso, ayer regresó p[...] tarde a la capital y hoy en[...] pensando en Sport Boys[...]

MARCO SARAVIA PRESENTADO EN DEFENSOR SPORTING

FARAÓN Y TUERTO

Montevideo.- Un 'Faraón' decidido a construir su pirámide en Uruguay. El central Marco Saravia, de 26 años, fue presentado oficialmente en Defensor Sporting. Llega en calidad de libre, tras rescindir contrato con Universitario y haber estado a préstamo en Cusco FC. El último peruano en el 'Tuerto' fue Alfonso Barco, que emigró a Emelec. "Es una gran oportunidad para mostrar mi nivel en una liga exigente. Estoy agradecido con Defensor Sporting por la confianza y listo para dar lo mejor", expresó Saravia.



MELGAR NO PUDO GA[...] REYNOSO ES NUEVO D[...]

PUNTO EN [...] CABEZA

Arequipa.- Un volcán apagado. Melgar estrenó camiseta conmemorativa del aniversario de la Ciudad Blanca, pero no tuvo bendición y solo igualó 1-1 con Juan Pablo II. Recién a los 38' rompió la paridad con golazo de Tomás Martínez desde fuera del área. El complemento cambió y el cuadro de Santiago Acasiete logró el 'milagro papal' con remate cruzado de Álvaro Rojas (58'). Tras el final se supo que Juan Reynoso, exseleccionador nacional, es nuevo DT de Melgar.



uco

iro
ó

cha

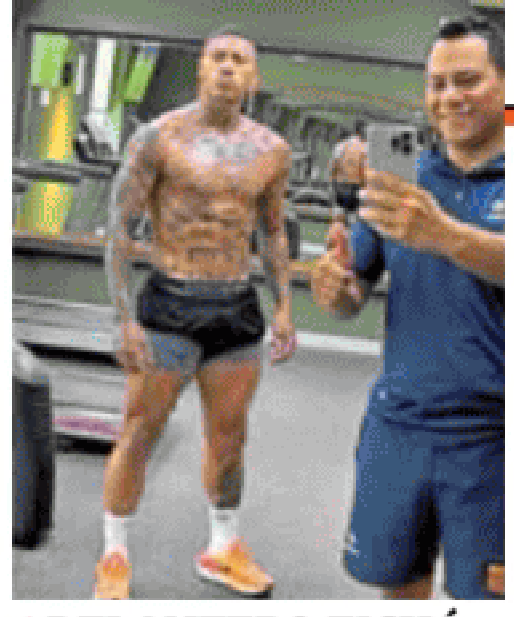
s
y feliz".
fensa de
la 'U'

ido, la
hicimos

ra, DT de
AUH

no tendrá
por la
ntrenará
.

ANAR Y
OT
LA



DELANTERO FICHÓ POR CIENCIANO

UN RAYO MÁS AL TIGRE

Cusco.- La temporada de lluvias va terminando en la Ciudad Imperial, pero un 'Rayo' apareció y emocionó a los habitantes. Ray Sandoval, delantero de 30 años, es la nueva contratación de Cienciano. El futbolista, ex-Cristal, Morelia de México, Grau de Piura, Comerciantes Unidos y otros, está en óptimas condiciones físicas y se ha presentado ante el técnico Carlos Desio listo para debutar en la próxima fecha, aunque sería reservado para el duelo con Bolívar en La Paz por la ida de octavos en la Sudamericana.

HOY

SULLANA / 3:00 P.M.
A. Grau vs. D. Garcilaso

JULIACA / 5:30 P.M.
Binacional vs. A. Atlético





¿QUÉ LE PASA CONMIGO?

Lamine Yamal tendría nueva conquista y sería la cantante argentina Nicki Nicole

Barcelona.- Modelos, influencers y ahora cantantes. La lista de conquistas de Lamine Yamal se sigue agrandando. Ahora su nuevo romance sería nada menos con la argentina Nicki Nicole. La intérprete, de 24, y el crack del Barcelona se conocieron en la fiesta de 18 años del futbolista, tuvieron un coqueteo, cambiaron números de teléfono y mantuvieron el contacto virtual. "Nicki y Lamine salieron juntos de una discoteca en la playa el 24 de julio de 2025 y habría sido ahí donde se besaron. Luego se fueron juntos a las 4 de la madrugada", reveló el periodista Javi Hoyos.

Se especula que el fondo de pantalla del celular del extremo culé sería una foto de ambos tomada por la cantante de '¿Qué le pasa conmigo?'. Sin embargo, el FC Barcelona no está contento por esto y el director deportivo Deco se reuniría con Yamal para pedirle, una vez más, que modere la exposición mediática, porque a su corta edad está exagerando.

El 'Barza' también tiene otro problema y es que el golero Marc-André Ter Stegen se negó a firmar el consentimiento para elevar el informe sobre su operación lumbar a la Comisión Médica de LaLiga. Con ello, dado que su para será de más de tres meses, el club no podría inscribir al otro golero Joan García. Barcelona le abrirá un expediente por su actitud y busca con sus abogados poder presentar el documento sin la firma del jugador.

DATAZOS

EL PLANTEL DEL 'BARZA' se quejó por las 19 horas de vuelo que pasaron al regresar desde Corea del Sur.

NICKI NICOLE estuvo antes con el artista mexicano Peso Pluma y habría tenido un 'affaire' con el volante argentino Enzo Fernández.

EL TAS FALLÓ en contra de Corinthians, que deberá pagar 6 millones de dólares al Santos de México por el defensa Félix Torres.



MOURINHO LAMENTÓ PARTIDA DE SU CAPITÁN CON EL QUE GANÓ CHAMPIONS

CAMINO AL CIELO

Porto.- Se le fue un soldado. En 2004, el FC Porto ganó la Champions teniendo a José Mourinho como técnico y Jorge Costa, como líder y capitán, quien ayer falleció a los 53 años de un infarto en las instalaciones del club. "Se va parte de mi historia. Si estuviera aquí ahora, me diría: 'señor, deja de llorar, mañana tienes un partido y tus chicos te necesitan listo y fuerte'. Te prometo, Bicho, lo voy a hacer", dijo Mou con lágrimas. Costa se desempeñaba como director deportivo de los 'dragones'. La UEFA, Real Madrid, Barcelona, Juventus y otros clubes enviaron su pésame.



TODO UN SHOWMATCH

Mientras espera volver, tras su última lesión, Lionel Messi se dio tiempo para juntarse con su compatriota, el animador Marcelo Tinelli. "Te admiramos y amamos todos los argentinos", le dedicó la figura televisiva a la 'Pulga'. Tinelli habría invitado a Leo para que vaya al set de la siguiente temporada de 'Bailando', que será en setiembre.





CHICAS PODEROSAS

La selección peruana de vóley derrotó 3-0 a Costa Rica (25-14, 25-16 y 26-13) y sumó su tercer triunfo consecutivo en la Copa Panamericana. La Bicolor está con un pie en cuartos de final, tras ganar antes a Cuba y México. Hoy enfrentará a Puerto Rico (5:00 p. m.) y si Perú termina como líder del grupo A avanzará directo a semifinales.

LAPADULA SIN OFERTAS Y SE QUEDARÍA EN SPEZIA

NO SE OYE, PAPI

La Spezia.- Cuando todos veían a Gianluca Lapadula regresando a Pescara, donde fue goleador, o con chance de venir a la Liga 1, apareció Stefano Melissano, director deportivo del Spezia, para acabar con las especulaciones. "No hay nada por Lapadula, está más en los periódicos que en cualquier otra cosa. El Pescara nunca ha contactado con nosotros", dijo el directivo. Una de las razones por las que nadie oferta por el delantero sería el alto salario que pretende, unos 700 mil euros al año.



'Reina del sur' contó que tuvo una relación con el goleador histórico **cuando inició su carrera en la televisión como bailarina** del programa de **Janet Barboza**

Evelyn: Salí con Waldir, hubo sus sentimientos

Evelyn Vela, la popular 'Reina del sur', llega al set de 'Café con la Chévez' para contar cómo fueron sus inicios en el mundo artístico y la relación que tuvo con Waldir Sáenz. La entrevista completa la puedes ver hoy por Facebook y YouTube.

¿Cómo empiezas en 'La movida', con Janet?
Antes era anfitriona, salí reina de Ica. Después me trajeron a Miss Perú Playa. Janet Barboza se me cruza en el camino y me dice "reina del sur, vamos a un programa musical" y me dijo "anda que Federico Anchorena te está esperando para que firmes contrato". Llegué, ni miré cuánto me iban a pagar ni leí que decía programa musical de cumbia...

¿Qué?, ¿no sabías?
No sabía. Después, me llaman para ensayar con las chicas, eran como veinte y me quería morir. Mis papás eran empresarios, pobrecito mi abuelo, que es mi papá, quien me crio, de leer El Comercio y Selecciones a leer Trome, Chuchi y el Ajá, periódicos en ese tiempo de 50 céntimos...

Populares pues...
Y me botaron de mi casa todavía, un año... Mi papá era empresario, no le gustaba nada de eso y yo era una loca. Ya después dijo "no se puede con esta loca", y me aceptó nuevamente.

Ahí empieza tu popularidad...
Claro, porque recuerda que era una 'chola power', así blancona, unas yucazas. Todos los días salía en portada...

Fue ahí que empiezas ese pasado con Waldir Sáenz, el goleador histórico de Alianza, pensé que esa relación iba a prosperar...
Lo que pasa es que él era el goleador histórico, tenía muchas chicas atrás de él, pero no sé si iba a prosperar o no. Uno tiene que vivir sus etapas. El día de hoy es mi amigo, lo quiero muchísimo, lo respeto. Él me dice tía, yo le digo tío. Llevamos una bonita relación amical.

Y en ese tiempo que estuvo contigo, ¿hubo la intención de él de casarse?
Escúchame, por respeto a sus hijas, que ya están señoritas, creo que no debería hablar de ese tema, porque es algo que ya fue en su momento...

Pero había algo, Evelyn, no vas a negarlo...
Lógico que salía con él, la pasamos bien. Había sus sentimientos.

Reveló que por aparecer en un programa de cumbia **sus padres la echaron de su casa**

Café con la Chévez

Trome Fiesta

Fabio arrocha a la Chama



Fabio Agostini restó importancia a las declaraciones que dio Alexandra Méndez, la Chama, quien aseguró que su amistad con el español se quebró porque él le pidió que fingiera que habían tenido intimidad en un reality chileno.

Fabio, ¿qué opinas de lo que dijo la Chama?
Me da igual. Estoy de vacaciones, ya mucho la ayudé en su momento. Esa persona (Méndez) me dejó de importar desde que la ayudé a entrar al reality, así que siga hablando todo lo que quiera. Para mí, no existe. (L.G.)

Dice que, para él, venezolana no existe

Tomate cruza los dedos



Carlos 'Tomate' Barraza señaló que pronto podrá presentar a su orquesta como Los Barraza.

"Ya no falta nada, un poquito nada más para que Tomate Barraza y Orquesta vuelva a llamarse Los Barraza porque son veinte años con este nombre, con la marca que nos identifica. Ya Indecopi falló a nuestro favor en primera instancia y solo faltan unas semanas para que esto concluya, así que no al robo, no a la estafa", dijo en '+ espectáculos'.

Como se sabe, su primo José María Barraza inscribió ante Indecopi la marca de 'Los Barraza' por lo cual se le prohibió a 'Tomate' utilizarlo en su orquesta.

Dice que pronto recuperará nombre Los Barraza para su orquesta

Magaly se burla de Porcella

Dice 'si él es actor, yo soy Miss Universo'

Magaly Medina soltó tremenda carcajada al saber que el productor mexicano Juan Osorio salió en defensa de Nicola Porcella, al asegurar que 'el chamaco ha aprendido y le echa ganas en la actuación', ante las críticas que recibe de la 'Urraca' por su participación en la telenovela 'Amanecer', que protagoniza Fernando Colunga.

"Si él es actor, yo soy Miss Universo", ironizó Medina.

Pero le están dando su respaldo a Porcella, hasta Colunga lo nombró su vocero personal, luego de que supuestamente le dijo que era gay.
Bueno, tienen que mantener las apariencias. Habla muy mal de una producción televisiva, tan costosa, que los actores se puñaleen los unos a los otros. Creo que están armando una pantomima de cara al público para de alguna forma desmentir lo que dijo Porcella.

Nicola comentó que están buscando a las personas que lo grabaron y demostrar que no dijo lo que se especula.
Ja, ja, ja, ahí está la grabación. Más bien que la envíen a analizar por algún experto en sonido y tal vez el resultado de ese estudio no le convenga. (C. Chévez)



Luisito cuadra a Leslie

Asegura que es un padre presente y habla todos los días con su hijo

Aclara que paga puntualmente el colegio del pequeño y espera 'limar asperezas' con actriz cómica

Luisito Sánchez desmintió a Leslie Moscoso, quien aseguró que el cantante no es un padre presente con su hijo y que no paga puntualmente el colegio de su pequeño.

Luisito, Leslie contó que no eres un padre presente con tu hijo y que no lo ves hace un mes...

A ver... Yo me comunico con mi hijo todos los días. No entiendo por qué menciona que ni siquiera lo llamo.

Por cierto, Leslie señaló que lo único que pide es que pagues puntualmente el colegio, pues es el único gasto que asumes...

Yo cumplo con pagar el colegio de mi hijo todos los meses y tengo los vouchers.

¿Por qué motivo no ves a tu hijo desde hace un mes?

Siempre le digo a mi hijo para verlo, pero me imagino que por la situación (enfrentamiento con Leslie) se ha complicado todo. Él (hijo) me pone excusas para no verme, pero lo entiendo y solo trato de darle su espacio.

¿Crees que Leslie está influenciando en tu hijo para que no te quiera ver?

Quiero pensar que no. Mi hijo ya está grandecito y supongo que está así por lo que ha pasado, pero sé que la situación mejorará.

Entonces, ¿desmientes que no te interese verlo?

Así es. Espero verlo pronto. Es más, quedamos en vernos el sábado, pero no se pudo porque andaba con sus amigos.

¿Esperas que se dé alguna conversación con Leslie para limar asperezas?

Claro que sí. Tenemos un hijo y como padres siempre hay temas pendientes. Ojalá que más adelante podamos tener una buena relación de padres por el bienestar de nuestro hijo. (L.G.)

Leonard niega agresión a Karla

Leonard León señaló en el programa 'Ponte en la cola' que jamás agredió a Karla Tarazona. "La respuesta es no... yo nunca he tocado a la señora y nunca me he pronunciado sobre ese tema. También digo tajantemente que jamás le he levantado la mano a una mujer (por la denuncia que también le hizo su hermana)", aseguró León.

Sobre la decisión de sus hijos de no verlo, afirmó que es un tema delicado y que no se pronunciará porque 'son menores de edad'.

Dice 'nunca he tocado a la señora'

Vicky: Kike se está portando bien



Vicky Torero comentó que su relación sentimental con Kike Suero se ha fortalecido mucho más, tras la crisis de pareja que pasaron y superaron.

Después de la crisis que tuvieron

"Gracias a Dios que estamos bien, los malos momentos que pasamos nos han unido más y estamos mucho mejor que antes. Kike se está portando bien y solo espero que se divorcie. Ya le he dicho que lo haga de una vez, así que no sé qué espera para empezar los trámites", sostuvo Torero. (L.G.)

Cathy sin roches con Peter

Cuenta que no hay rencillas con Fajardo



Cathy Sáenz dijo que le dio mucho gusto reencontrarse con el productor Peter Fajardo en la nueva temporada de 'Esto es guerra', que hizo 17 puntos de rating.

Qué bien verte en la televisión, ¿cómo se dio la negociación para tu regreso, porque había un distanciamiento con Peter?

Mira, si tuvimos alguna diferencia, me la guardo para mí, estoy en una etapa de mi vida en la que no me interesa seguir manteniendo rencillas. Me ha dado mucho gusto reencontrarme con Peter y con todos los chicos. (C.Ch.)

familia bienestar

Soltar

Acepta que no todo depende de ti y libera el peso de controlar lo que no está en tus manos. A veces, soltar no es rendirse, sino elegir tu paz y cuidar tu tranquilidad.



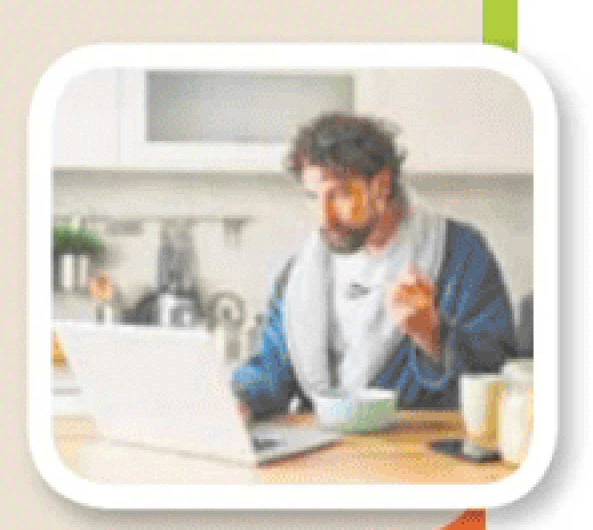
Vitamina D

No subestimes el poder del sol ni de la vitamina D. Unos minutos de luz natural elevan el ánimo, fortalecen tu sistema inmunológico y mejoran tu bienestar físico y mental.



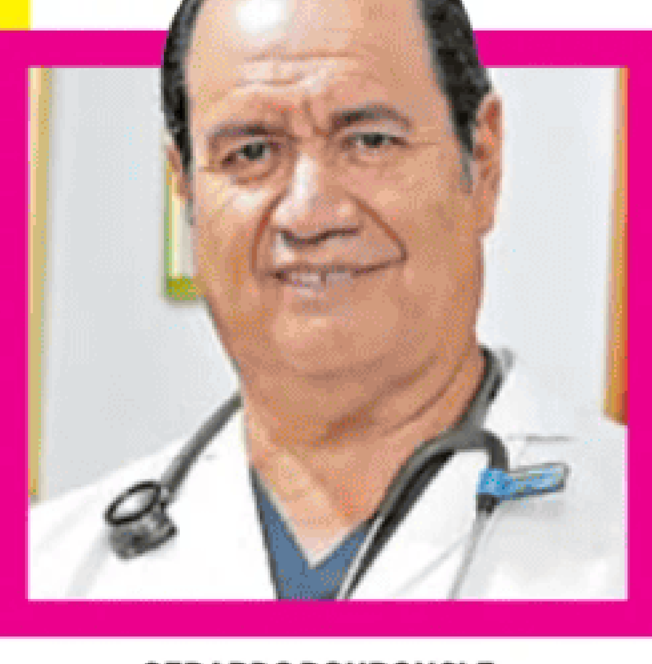
Aprende a comer

Evita comer frente a la pantalla del televisor, celular o computadora. Cuando te distraes, comes más de lo necesario y no disfrutas tus alimentos. Y esto puede hacerte engordar.



GERARDO BOURONCLE

‘SALTARSE EL DESAYUNO SUBE DE PESO’



GERARDO BOURONCLE MC EVOY

Este 6 de agosto se celebra el Día del Nutricionista Peruano, una fecha que reconoce el trabajo de los profesionales que cuidan nuestra salud a través de la alimentación. Conversamos con el médico nutriólogo Gerardo Bouroncle, columnista de este diario, sobre las claves para una alimentación saludable.

Doctor, hoy es su día, ¿qué lo motivó a especializarse en esta carrera?

Porque me di cuenta de que el 80 % de las enfermedades se deben a una mala alimentación.

¿Cuántos años lleva en la profesión y cómo ha cambiado la nutrición en ese tiempo?

Llevo 25 años ejerciendo y he atendido a unos 18 mil pacientes. La nutrición ha cambiado notablemente. Hoy entendemos que la obesidad es una enfermedad.

¿Qué tipo de pacientes atiende con mayor frecuencia?

Personas con sobrepeso, obesidad y enfermedades metabólicas.

¿Cuál ha sido su mayor reto profesional?

Un paciente con obesidad mórbida que pesaba 160 kilos y era candidato a cirugía bariátrica. Logramos que bajara a un peso adecuado sin necesidad de operarlo.

¿La gente todavía cree que dejar de comer ayuda a bajar de peso?

Ya no tanto. Ahora lo que más veo es gente que cree en dietas de Internet o en fórmulas mágicas para bajar rápido.

¿Y eso funciona?

El problema es que esas dietas suelen terminar en desnutrición. Y cuando la persona vuelve a comer con normalidad... engorda el doble.

¿Qué tan importante es el desayuno?

Es vital para recargar energías. Debe incluir fibra, proteína y cereales. El 40 % de las personas que no desayunan tienen mayor tendencia a subir de peso.

¿Qué errores cometen quienes quieren adelgazar?

Seguir dietas de moda sin acudir a un especialista. Cada persona tiene necesidades distintas y eso debe evaluarse antes de armar un plan alimenticio.

¿Cuáles son las claves para una buena alimentación?

Es simple: comer a tus horas, en raciones adecuadas, tomar suficiente agua y hacer actividad física.

¿Qué snacks saludables recomienda entre comidas?

Frutas o frutos secos. Lo ideal es que siempre haya fibra y vitaminas.

¿Qué tan dañinos son los ‘venenos blancos’ en la dieta?

Se refieren al azúcar, harina, sal y arroz. Para mí, el mayor problema es el azúcar. Sin embargo, no hay que satanizar a los alimentos, porque los realmente dañinos son los malos hábitos, la cantidad y la frecuencia con que se consumen.

Tras 25 años de experiencia, nutriólogo afirma que la clave no está en prohibirse todo, sino en aprender a comer y evitar las dietas de moda **‘que suelen terminar en desnutrición’**

Dudas frecuentes

¿Es cierto que los carbohidratos engordan?
No, engorda el exceso de carbohidratos asociado a una vida sedentaria.

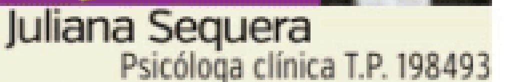
¿El pan integral es más saludable que el blanco?
Desde el punto de vista de la fibra, sí.

¿Las frutas por la noche hacen daño?
No, pero diabéticos y adultos mayores no deben comerlas de noche.

¿El ayuno intermitente es para todos?
Es una moda, no un estilo de vida. Y no todos pueden hacerlo.

¿Es mejor stevia o azúcar?
No se ha demostrado que la stevia haga daño, mientras que el azúcar mata a una persona cada tres minutos.

PADRES E HIJOS



Juliana Sequera
Psicóloga clínica T.P. 198493

LA FAMILIA, EL LUGAR DONDE EL ALMA APRENDE A AMAR

La familia no siempre es el lugar donde nacimos, a veces es el lugar donde nos encontramos. Más allá de la sangre, familia es quien te escucha cuando te rompes, quien celebra tus logros sin competir, quien te sostiene cuando el mundo se cae.

En tiempos de estrés, la familia puede ser refugio o tormenta. Por eso es tan importante construir vínculos conscientes: con respeto, escucha y límites sanos.

Una familia emocionalmente segura no es perfecta, pero es real. Se pide perdón, se vuelve a intentar, se cuida el uno al otro. Y si no la tuvimos, aún podemos crearla: con amigos, comunidad o pareja. Porque la familia también se elige. Y en esa elección está la posibilidad de sanar.

A veces sanar la familia es sanar nuestra propia historia. Es decidir conscientemente qué queremos repetir... y qué no.

El gran valor de toda familia está en su capacidad de formar hogares que protegen a sus integrantes.

@julianasequera en Instagram



SUSY BAZÁN RUIZ

‘ENFERMEDADES CRÓNICAS SIN CONTROL PUEDEN CAUSAR ANEMIA’

Es la segunda más común después de la ferropénica, por la falta de hierro, y es causada por males autoimnunes y ciertos tipos de cáncer

DATOS:

- **Se recomienda hacerse análisis de control, como un hemograma, para llevar un seguimiento adecuado de la evolución de la anemia.**
- **Algunas anemias también pueden aparecer como efecto secundario de ciertos medicamentos. Es necesario monitorear los valores y consultar al médico.**

POR: YARITZA DÍAZ

La anemia es un problema frecuente y de múltiples causas con consecuencias para la salud. Una de las más comunes es la anemia inflamatoria, asociada a enfermedades crónicas. La hematóloga Susy Bazán Ruiz explica más sobre esta alteración, su diagnóstico y tratamiento.

¿Qué es la anemia inflamatoria?
La anemia inflamatoria, también conocida como anemia de la enfermedad crónica, ocurre como resultado de una inflamación persistente en el cuerpo, que impide que la médula ósea produzca hemoglobina en cantidades normales.

¿Y qué ocasiona?
Además, se eleva la producción de hepcidina, una proteína que bloquea la liberación del hierro almacenado y reduce su absorción intestinal, lo que limita su disponibilidad para formar glóbulos rojos.

¿Qué enfermedades crónicas causan anemia?
Entre las principales están las autoinmunes, como la artritis reumatoide y el lupus. También puede deberse a la insuficiencia renal crónica, que disminuye la producción de eritropoyetina, una hormona que estimula la formación de glóbulos rojos. Además, se asocia a infecciones crónicas y ciertos tipos de cáncer.

¿Es fácil de identificar?
No. La anemia inflamatoria se diagnostica por descarte y tiende a ser multifactorial. Para ello, son necesarios varios exámenes de laboratorio, entre ellos reticulocitos, ferritina, hierro sérico, PCR, entre otros.

¿Cuáles son los síntomas?
Los síntomas son similares a los de cualquier otro tipo de anemia: fatiga, debilidad, mareos, dolor de cabeza, falta de aire al hacer esfuerzos y, en algunos casos, palpitaciones o arritmias.

¿Cuándo se desarrolla una anemia inflamatoria?
Cuando la enfermedad de base no está bien controlada. Por eso es importante que los pacientes sigan su tratamiento y se identifique la causa.

¿Qué tan común es la anemia inflamatoria?
Sí, es bastante común. De hecho, es la segunda causa más frecuente de anemia, después de la anemia ferropénica, causada por deficiencia de hierro.

¿Pueden presentarse dos tipos de anemia a la vez?
Sí, es posible. En ese caso, el tratamiento debe abordar ambas condiciones de manera simultánea.

¿Cuál es el tratamiento?
El tratamiento se enfoca principalmente en controlar la enfermedad de base. En algunos casos, se complementa con suplementos de hierro (si hay deficiencia comprobada) o con agentes estimulantes de la eritropoyesis, como la eritropoyetina.

trome ESCOLAR

'FAT MAN'



'LITTLE BOY'



ESTADOS UNIDOS BOMBARDEÓ HIROSHIMA Y NAGASAKI EN 1945

EL HORROR DE LAS BOMBAS ATÓMICAS

Han pasado ochenta años desde que Estados Unidos lanzó la primera bomba atómica sobre población civil en Japón. Fue el 6 de agosto de 1945, en Hiroshima, y tres días después se arrojó la segunda sobre Nagasaki, apurando la rendición del imperio y dando por terminada la II Guerra Mundial.

'Little Boy', como se bautizó la primera de las bombas, fue liberada justo a las 8:15 de la mañana. Cincuenta y un segundos después, explotó a menos de 610 metros del suelo de Hiroshima. Primero se vio una gigantesca bola de fuego y después el hongo atómico.

Tres días después de que Hiroshima quedó reducida a cenizas, se lanzó la segunda bomba, la 'Fat Man', esta vez sobre Nagasaki. Contenía plutonio en lugar de uranio.

Hoy se cumplen *80 años del primer ataque nuclear* en la historia

Las consecuencias fueron devastadoras, las bombas causaron la muerte a cientos de miles de personas y daños irreparables a las ciudades y sus habitantes. Casi todos los que sobrevivieron a las explosiones nucleares en un radio de media milla de su epicentro murieron lentamente a causa de la radiación, y los efectos a largo plazo, como enfermedades y mutaciones genéticas, también fueron significativos.

Hoy, con bombas nucleares mucho más poderosas que las de Hiroshima y Nagasaki, la humanidad corre el riesgo de desaparecer.

LA YAPA

A 57 años de la firma del Tratado de No Proliferación Nuclear (TNP), firmado en 1968 y respaldado en la actualidad por 191 países, aún hay más de 15 mil bombas nucleares en el mundo. Los países que tienen bombas nucleares y no han firmado el tratado son India, Pakistán e Israel. Corea del Norte también posee armas nucleares, pero se retiró del tratado.

EL PORQUÉ DE LAS COSAS

¿Por qué algunas veces perdemos el equilibrio? Por una variedad de factores, desde problemas en el oído interno hasta afecciones neurológicas o incluso problemas de visión.

El equilibrio se mantiene gracias a la compleja interacción de varias partes del cuerpo, incluyendo el oído interno, los ojos, los músculos, los huesos y el sistema nervioso central. Cuando uno de estos sistemas falla, puede resultar en una sensación de inestabilidad o incluso caídas.

CÓMO SE ESCRIBE

Indulgencia

Describe o simboliza la facilidad o predisposición para perdonar eventuales culpas o conceder una gracia. A diferencia de la penitencia o la reconciliación, la indulgencia no perdona los pecados, sino que exime a la persona de la pena temporaria. Más allá de la religión, la indulgencia se vincula con la inclinación a perdonar y disimular las faltas.

CATARATAS DE PILLONES

La naturaleza, como un artista, es capaz de crear bellas obras de todo tipo y formas. Un claro ejemplo de ello son las cataratas de Pillones, en el bosque de Imata, un atractivo turístico ubicado en el distrito de San Antonio de Chica, provincia de Caylloma, en Arequipa. En el lugar se pueden observar decenas de rocas moldeadas por la erosión del agua y el tiempo. Además, hay una gran variedad de flora y fauna propias de la zona.



curiosidades

CAMELLOS PUEDEN SOBREVIVIR 50 DÍAS SIN AGUA

Mientras que los humanos pueden resistir solo unos pocos días sin agua antes de que su metabolismo comience a fallar, te sorprenderá saber que los camellos pueden llegar a resistir hasta 50 días sin agua en invierno.

Esto ocurre porque aprovechan la humedad ambiental y reducen su actividad, maximizando la conservación de líquidos. En cambio, en verano, cuando el calor es intenso, el lapso se acorta drásticamente, y pueden vivir solamente entre 5 y 10 días sin beber, condicionados por la disponibilidad de sombra y comida. Un camello sediento puede beber 130 litros de agua en solo 13 minutos, ¡eso equivale a 10 litros cada 60 segundos!


APROVECHA TU GRATI Y RENUEVA TU COCINA CON EL
SÚPER COMBO
DE trome Y práctika
A Olla arrocera
B Hervidor eléctrico
C Sandwichera
1LT
1.8LTS
S/139.90
ANTES: S/239.90
+CUPÓN
*Imágenes referenciales.
Revestimiento antiadherente
2 AÑOS DE GARANTÍA
A
B
C
1 Busca YA el cupón en tu diario Trome.
2 Recorta el cupón y adquiere tu SÚPER COMBO a un PRECIAZO.
¡ENCUÉNTRALO EN QUIOSCOS O EN NUESTRA WEB!
INCLUYE RECETARIO
+CUPÓN
Para mayor información, escribe al: 988 070 096
Válido para Lima Metropolitana
trome



OSTENTACIÓN
CAMINAR
PREFIJO DIOS
POR EL TELÉFONO
HILO POCO TORCIDO
ALABAR
CRIATURA MITOLÓGICA
SALE
LABIERNAGO, PLANTA
NEUTRO (INGLÉS)
SODIO
PINTOR ESPAÑOL
TIEMPO DE VIDA
UNO (INGL.)
REY DE LA SELVA
INSTRUM. MUSICAL
NOTA MUS.
HORAS DE LA MAÑANA
ÓMICRON DELTA
HEXAEDRO, CUBO
ASNO SALVAJE
VÉRTEBRA CERVICAL
MARTIR DE LA INDEPENDENCIA
LETRA GRIEGA
EXPRESA ALEGRÍA
ALTAR
ENOJADO (INGLÉS)
NOMBRE DE ÁRBOL
PALANCA
PASTEL, BIZCOCHO
RECE
IDÓNEO, APROPIADO
ORO EN FRANCÉS
PUNTO CARDINAL POR DONDE SALE EL SOL
DUEÑA Y SEÑORA
BASTANTE
SABOR DEL VINO
TROME Y LA SÚPER LLAMADA GANADORA
TODO (INGLÉS)
MEZCLAR METALES
GOLPE EN BOXEO
PROGE-NITORA
COSTUM-BRE
ALUMINIO
VIRREY DEL PERÚ
NACIONAL (ABREVIADO)
SIGLA COMERCIAL
REQUIESCAT IN PACE
ACEITE EN ALEMÁN
LABRAN LA TIERRA
PINZA DE LOS CIRUJANOS
RECUA, TRAÍLLA
LETRA GRIEGA
ISLAS DE INDONESIA
ANEXA
INSCRIPCIÓN EN LA CRUZ
ARTÍCULO
OLEAJES
"EL CUERVO"
TRATADO DEL ATLÁNTICO
RUTENIO
PRASEODIMIO
GÉNERO MUSICAL
SUCESIVAS EN EL TECLADO
ESTE
ABYECTO Y DESPRE-CIABLE
CARTOON NETWORK
UNIVERSIDAD DE ALICANTE
BETA, SIGMA
ROEDOR DE CLOACA
SUFIJO DIMINUTIVO
TESLA
CONOCIDO COMO EL DIABLO O LUCIFER
PLAN OPERA-TIVO ANUAL

TU HORÓSCOPO


21.3 | 19.4

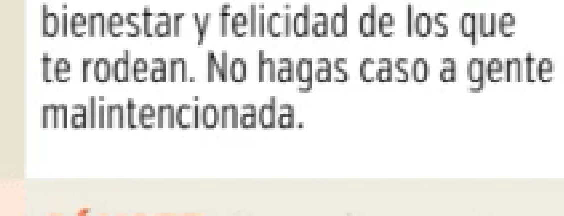
ARIES. Haces un gran esfuerzo por destacar en lo profesional, pero este feriado toca descansar. Si puedes, visita a tus familiares.


20.4 | 20.5

TAURO. En situaciones de incertidumbre y caos debes mantener el control. Alguien muy especial llegará a tu vida.


21.5 | 20.6

GÉMINIS. Siempre busca el bienestar y felicidad de los que te rodean. No hagas caso a gente malintencionada.




21.6 | 22.7

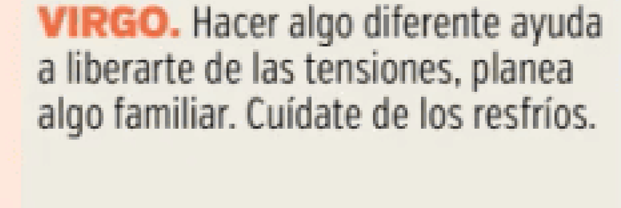
CÁNCER. No es el momento para hacer gastos excesivos, cuida tus finanzas. Aprovecha el día para relajarte.


23.7 | 20.8

LEO. Hay cosas que debes dejar de lado por el bien de la unión familiar. Aleja a gente envidiosa de tu vida.


23.8 | 22.9

VIRGO. Hacer algo diferente ayuda a liberarte de las tensiones, planea algo familiar. Cuídate de los resfríos.

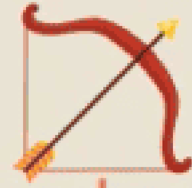



23.9 | 22.10

LIBRA. Estás en un buen momento, planifica los próximos pasos. Un amigo te dará una grata noticia.


23.10 | 21.11

ESCORPIO. Gracias a tus cualidades lograrás algo muy importante. Mantén ese espíritu positivo.


22.11 | 21.12

SAGITARIO. Este feriado será un excelente día para compartir en familia y descansar. Una llamada te pondrá contento.


22.12 | 19.1

CAPRICORNIO. Cada vez te sientes más seguro de tus decisiones, eso te ayudará a lograr tus objetivos. Renueva tu imagen.


20.1 | 18.2

ACUARIO. Es preciso que cambies algunos hábitos en tu vida para que conserves la salud. Mejora tu actitud.


19.2 | 20.3

PISCIS. Las cosas se presentan bien para ti, pero no te duermas en tus laureles. Aclara esas dudas con calma.

PURAS letras

CAUSAS DE LA EXTINCIÓN DEL OSO PANDA

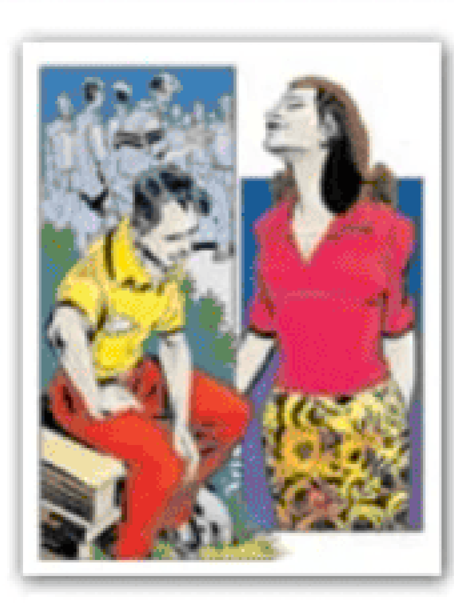
A	S	G	D	C	C	N	C	T	A	T	I	B	A	H	U	S	E	D	F	D
P	G	I	B	X	S	U	G	C	B	U	Y	R	T	S	E	D	A	L	I	E
E	B	P	G	F	U	S	A	O	D	I	B	E	D	D	E	V	Z	F	F	N
S	C	E	X	U	B	A	V	N	S	E	S	B	L	G	S	G	I	A	X	C
A	L	N	G	S	E	X	U	F	D	R	B	A	S	Z	X	C	Z	S	X	A
R	G	A	V	X	X	N	T	T	I	O	L	A	E	F	U	A	G	B	F	U
D	C	L	D	S	S	R	C	C	E	A	E	D	M	L	C	S	S	U	E	T
E	A	I	F	E	E	E	U	A	R	P	I	S	T	B	E	F	R	S	O	I
L	D	D	M	P	S	D	R	U	Z	M	R	A	T	U	U	T	S	E	A	V
A	E	A	F	P	O	T	T	O	I	A	D	E	Q	A	I	G	F	L	N	E
B	N	D	I	R	U	A	R	T	D	P	N	S	P	V	N	A	E	I	E	R
A	F	H	P	B	N	E	A	U	A	A	O	D	O	A	N	X	R	M	D	I
O	C	E	X	B	F	M	S	R	C	B	Z	S	O	I	N	V	T	R	A	O
E	R	S	M	I	E	V	A	T	S	C	Q	A	H	L	N	E	F	A	C	F
D	F	A	F	R	C	A	Z	O	A	U	I	C	C	C	O	G	D	L	G	D
V	B	I	T	D	O	R	L	B	E	B	N	O	D	S	D	S	F	A	B	C
X	D	X	F	S	X	E	G	D	C	E	C	G	N	C	O	B	C	T	C	F
S	E	V	X	S	D	E	H	E	C	T	A	R	E	A	S	L	D	E	V	X

- Dificultad para
- reproducirse
- cuando están
- en cautiverio,
- debido a su
- extrema timidez.
- La destrucción
- de su hábitat
- natural al
- talar miles
- de hectáreas
- de los bosques
- de bambú.
- Los cazadores
- furtivos que
- a pesar de la
- penalidad
- impuesta
- en China
- (cadena perpetua)
- siguen cazándolos.



PROFESIONAL BUSCA A LA MUJER IDEAL

Cartas: Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre.
Mail: doctoracarmen01@trome.com



JESÚS (45).- Hola, doctora Carmen, agradezco la oportunidad que me da para escribirle y espero que publique mi carta pronto. Soy un profesional, exitoso en el trabajo, pero no en el amor. Por más que lo intento, no logro hallar a la mujer ideal para mí. Ojalá con su ayuda pueda conocerla y ser feliz. Soy detallista, comprensivo, hogareño, leal, amoroso y, sobre todo, espiritual. Quisiera conocer a una señorita con similares cualidades y de 25 a 40 años de edad, para entablar una amistad y, si todo va bien, pasar al siguiente nivel. Llamar al **966-634-393.** Gracias.

DOCTORA CARMEN

Mira, hijito:
Te felicito por todo lo que has logrado en tu vida y por lo que estás por alcanzar ahora en el aspecto sentimental. No pierdas las esperanzas, porque después de haber esperado tanto, al fin tu sueño se hará realidad y conocerás a la mujer que te acompañe para siempre.
Suerte.

TROME sudoku 476

	2	5	8			9	7	
6	7	4					2	
3	8							6
8				7		4		2
						5	9	7
2	5		4			6	3	
7	6				5	3	4	
					4			
		3			8			5

TROME SERIES

PRIME VIDEO

'MEMENTO MORI'



TEMPORADAS: 3
CAPÍTULOS: 15

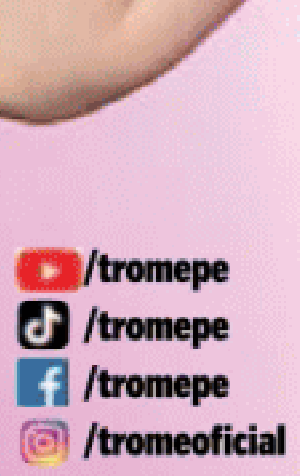
'Memento mori', frase latina que se traduce como 'recuerda que morirás', es una serie española de misterio y suspenso que sigue la investigación de un inspector de policía y un experto en asesinos en serie para capturar a un sociópata que comete crímenes con banda sonora y firma los cuerpos de sus víctimas con poemas.

SOLUCIÓN GRAMA



¡GRAN ESTRENO!

EVELYN: SALÍ CON WALDIR, HUBO SUS SENTIMIENTOS



Café con la Chevez



EL BÚHO EN LA FERIA DEL LIBRO



Este *Búho* visitó la **Feria Internacional del Libro de Lima**, que hoy cierra sus puertas hasta el próximo año. Para mí, es un espacio cultural que le da un respiro a la ciudad, entre tanto pesimismo y desgano por la situación que vivimos. Se trata de un evento de dos semanas en el que niños, jovencitos y adultos se encuentran alrededor de la literatura y otras expresiones artísticas. Asistí el último lunes y vi con emoción cómo decenas de niños se perdían entre torres de libros mientras, claro, buscaban a sus escritores favoritos, que ahora son youtubers como **Chuy Mine o Iker Unzu.** Uno como padre no puede imponerles los libros a los chicos, sino dejar que vayan descubriendo el placer de la lectura por cuenta propia, de acuerdo con sus curiosidades. Mientras tengan un libro entre las manos y no un celular todo estará bien. Fue conmovedor también **observar el homenaje que se le rindió a nuestro más grande escritor, Mario Vargas Llosa,** quien falleció este año. Cada rincón de la feria tenía retazos de sus libros, sus textos, sus fotos. Ingresé a la exposición **'El método Vargas Llosa',** en que el espectador se sumerge en una experiencia audiovisual sobre el riguroso y aplicado oficio de escribir de nuestro Nobel.

Uno halla información valiosa y novedosa: como el modelo de su primera máquina Remington, entrevistas escondidas, réplicas de sus manuscritos, las correcciones que les hacía a sus textos y una galería con las portadas de las producciones que se hicieron con sus novelas. Durante estos días también hubo presentaciones multitudinarias, como la del libro del **escritor peruano Jeremías Gamboa, 'El principio del mundo',** o la del periodista **Jaime Bayly**. Pero también la del español **Blue Jeans,** que abarrotó la feria de muchachitos, y la de su compatriota **Javier Cercas.** En esta edición, se le rindió un sentido homenaje en vida al poeta centenario **Leoncio Bueno,** un justo reconocimiento a su trayectoria y su lucha poética. Yo fui por un libro en especial, el que acaba de publicar mi gran amigo **Cachuca,** con quien más de una vez me perdí por esas angostas calles del Centro de Lima. Se trata de un libro biográfico en el que narra minuciosamente la formación de su emblemático grupo de rock **Los Mojarras.** Punto aparte merecen las actividades infantiles, como los cuentacuentos, los conciertos y el surtido bulevar gastronómico, que sirven para darse un respiro entre la caminata. Volviendo a la feria, cada año los reportes indican que este evento convoca más visitantes, una estadística alentadora, pues contrario a lo que se cree, el peruano cada vez tiene más ánimos de coger un libro y sumergirse en la maravillosa aventura de navegar por un nuevo mundo, en donde las reglas las pone uno mismo. **Los jóvenes lectores también crecen, con sus tendencias y gustos propios**. Así, van tomando la posta. Hoy, que es el último día, se espera que las editoriales ofrezcan grandes ofertas y rematen algunos buenos títulos. Es una gran oportunidad para darse una vuelta. Apago el televisor.

